

やけの美タフェスタ 2007

7.21
(土)

- 時間 9:40 ~ 15:30 (雨天決行)
- 場所 きららビーチ焼野
- 内容 ○ビーチバレーボール大会 (9:45 ~ 15:30)
定員 40 チーム・参加料 1 チーム 2,000 円
※市バレーボール協会 (☎ 83-7554 西岡) まで事前申込み。(先着順)
○宝さがし (11:30 ~ 12:30)
定員 400 人・参加料 1 人 200 円
※当日 10:30 から受付開始
○長靴とばし (13:00 ~ 14:30)
参加料 1 人 200 円
○各種バザー (9:40 ~ 15:30)
- 問い合わせ・申込先 やけの美タフェスタ実行委員会
(本山公民館内 ☎ 88-2001)

2007 厚狭花火大会

7.25
(水)

- 時間 20:00 ~ 21:00(雨天の場合 26 日(木))
- 場所 厚狭川河畔ほか (JR 厚狭駅より徒歩 10 分)
※なるべく公共交通機関をご利用ください。
- その他のイベント
○子ども相撲 9:00 ~ (厚狭天満宮境内)
○子どもみこし 16:00 ~ (厚狭商店街)
○ゆかた着付けお楽しみ会
16:00 ~ 19:00 (山陽商工会議所)
○福引大会 17:00 ~ (厚狭天満宮境内)
○各種バザー 17:00 ~ (厚狭商店街)
- 問い合わせ先 山陽商工会議所 (☎ 73-2525)



アドベンチャーワールド

7.28
(土)

- 時間 9:00 ~ 12:00 (雨天中止)
- 場所 江汐公園管理棟周辺
- 内容 ○カブトムシの採集と飼育講習
○夏休み工作教室
- 問い合わせ先 施設管理公社 (☎ 84-5156)

ちょうちん七夕フェスティバル

7.28
(土)

- 時間 18:00 ~ 21:00 (雨天中止)
- 場所 小野田駅前ロータリー周辺
- 内容 ○ちょうちん火入れ 19:30 ~
○高千帆小マーチングバンド
○バンド演奏 ○ちんどん屋 ○各種バザー
- 問い合わせ先 小野田駅前商店街振興組合
(☎ 83-1403 担当: 町田)

第 1 回おのだ七夕花火

8.7
(火)

- 時間 18:00 ~ 21:30 (雨天の場合 17 日(金))
- 場所 県立おのだサッカー交流公園 多目的スポーツ広場
※なるべく公共交通機関をご利用ください。
- 内容
○七夕飾りコンテスト
バザー・ゲームコーナー (17:00 ~ 21:30)
○屋外ステージ (18:00 ~)
(よさこい、ちびっこ太鼓、ラッキーカード抽選会他)
○花火ショー (20:00 ~)
第 1 部: 打ち上げ花火ショー
第 2 部: レーザー花火ショー
- 問い合わせ先 小野田商工会議所 (☎ 84-4111)

今月のおすすめ料理

【1 人分栄養価】 エネルギー 158kcal / たんぱく質 8.1g / 脂質 2.7g / 塩分 1.4g

「かぼちゃの梅風そぼろあん」

~梅の風味をプラスして上品な味わいに~



■保健センター監修
■山陽小野田市食生活改善推進協議会
(厚狭校区担当)

材料 (4 人分)

かぼちゃ	320g
だし汁	2カップ
□ 砂糖・酒・みりん	
A 濃い口しょうゆ	各大さじ1
L 塩	小さじ1/3
鶏ミンチ肉	120g
梅ぼしの果肉	大さじ1/2
小ねぎ	10g
□ 砂糖	
B L 酒	大さじ1
片栗粉	小さじ1
水	小さじ1

作り方

- ①かぼちゃはスプーンで種とわたをとり、約 3cm 角に切り、角は細く面取りする。皮もところどころ削り取る。
- ②鍋に①を重ねないように入れ、だし汁を加えて落としぶたをし、強火にかける。煮立ったら A の調味料を加え、弱火でやわらかく煮る。
- ③小鍋に鶏ミンチを入れ、B・②の煮汁を 1/2 カップ加えてよく混ぜ、火にかける。鶏ミンチに火が通ったら梅ぼしの果肉を加え、よく混ぜ合わせる。水溶性片栗粉でとろみをつけて、火を止める。
- ④器に②のかぼちゃを盛りつけ、煮汁をはり、③に小口切りした小ねぎを混ぜたものをかける。

ヤングテレホン
さんようおのだ

ひとりで悩まずに、気軽に相談してください (いじめ、不登校、友人関係、家族関係、性の悩み、異性問題、子育て等)
受付日時 毎週(月)~(金) 8:30 ~ 17:00 (土・日・祝日は留守番電話対応)

☎ 84-2000

✉ youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp